

Programm November 2025

Angebote des Zentrum 60plus Hövelstraße

Offene Beratung

mittwochs von 10:00 - 12:00 Uhr

Beratung rund um die Themen Alter, Gesundheit, Pflege und Freizeit.

Sprechstunde des Seniorenbeauftragten

Montag, 03.11., von 14:00 - 15:00 Uhr

hat Gerd Maschun, Seniorenbeauftragter im Bezirk V, ein offenes Ohr für Ihre Anliegen.

Bingo-Nachmittag

Montag, 03.11., von 15:00 - 17:00 Uhr

Lust auf Bingo? Kommen Sie vorbei!

Basisgruppentreffen SeniorenNetzwerk Vogelheim

jeden 1. und 4. Dienstag im Monat, am 04. & 25.11., treffen sich um 18:00 Uhr Interessierte zum Austausch und zur Planung von gemeinsamen Aktivitäten, Projekten, ...

Ort: Markushaus, Forststraße 17, 45356 Essen

Kommen Sie gerne ohne Anmeldung vorbei!

Handarbeitswerkstatt

Mittwoch, 05.11. & 12.11., von 09:00 - 12:00 Uhr

Unterstützung bei Nähprojekten für Jung und Alt - bitte melden Sie sich an unter: 0201 84 32 05 45.

Tanzprojekt „Sinne tanzen“

Ab 04.09. 12 x donnerstags von 10:00 - 12:00 Uhr

Sie sind eingeladen, die eigenen Sinneserfahrungen als Auslöser von Bewegung zu erleben.

Informationen und Anmeldung: 0201 84 32 05 45.

Spiele-Nachmittag

Sonntag, 09.11., von 14:30 - 17:00 Uhr

Schnappen Sie sich Ihr Lieblingsspiel und kommen Sie vorbei! Spiele gibt es auch vor Ort.

Pflegestützpunkt der Stadt Essen

Jeden 2. Montag im Monat, am 10.11., 09:00 - 12:00 Uhr

Kostenlose, trägerunabhängige Beratung rund um Unterstützung im Alter, zu Leistungen der gesetzlichen Kranken- u. Pflegeversicherung und Wohnen im Alter.

RepairCafé

jeden 2. Dienstag im Monat, am 11.11. von

10:00 - 13:00 Uhr

Irgendetwas ist mit meinem Kleingerät, Fahrrad... nicht mehr in Ordnung - krieg' ich es wieder in Gang?

Mit (0201 84 32 05 45) und ohne Anmeldung.

Bewegtes Sitzen

Gruppe 1: dienstags von 13:30 - 14:30 Uhr

Gruppe 2: dienstags von 15:00 - 16:00 Uhr

Anmeldung (Warteliste) unter: 0201 84 32 05 45.

Fahrradtouren-Stammtisch

Der Fahrradstammtisch trifft sich am Mittwoch, d. 12.11., um 18:00 Uhr bei 'Da Boticelli' in der Philippstr. 20. Bitte melden Sie sich an unter Radtouren60plus@gmx.de

Beratung rund um das Thema Rente

1 x im Monat, am Mittwoch, d. 12.11. von 13:00 - 15:00 Uhr

Haben Sie Fragen zur Renten-, Kranken- und Pflegeversicherung? Herr Detlef Schliffke, Versichertenberater, berät Sie gerne in seiner Sprechstunde.

Karten auffen Tisch

mittwochs ab 18:00 Uhr

Hier treffen sich Skat- u. andere Kartenspiel-Begeisterte.

Mittagstisch im Bunten Raum:

zusammen schmeckt et besser

Immer mittwochs und donnerstags ab 12:00 Uhr

Essensausgabe bis 13:00 Uhr, wer mag, bleibt zum Pläuschken. Spenden werden gerne entgegengenommen. Anmeldung unter: 0201 84 32 05 45.

Vortrag und Gespräch

Vollmacht - Betreuungsverfügung -

Patientenverfügung

Montag, 17.11., von 15:00 - 16:30 Uhr

Der Betreuungsverein Buntstifte e.V. informiert zu den Themen Vollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung und beantwortet anschließend Ihre Fragen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Informationen: 0201 84 32 05 45.

Basteln: Schönes für Weihnachten

Mittwoch, 19.11., von 09:00 - 12:00 Uhr

- bitte melden Sie sich an unter: 0201 84 32 05 45.

Basteln: Adventskränze

Mittwoch, 26.11., von 09:00 - 12:00 Uhr

- bitte bringen Sie Ihr Material mit.

Informationen unter: 0201 84 32 05 45.

Einladung zum Pläuschken:

Setz dich mit auf die Bank ... macht Winterpause

Fahrradtouren im Herbst

Infos und Anmeldung unter: Radtouren60plus@gmx.de oder: 0157 52 66 75 56.